

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg lisa.y		10:30 ~ 11:30 Waist Nao.M	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kayoko.T	close	10:30 ~ 11:30 Waist Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Basic Nao.M
12:30 ~ 13:30 Pilates Barre lisa.y		12:00 ~ 13:00 Basic SHIORI.O	12:00 ~ 13:00 Body Balance Nao.M	12:30 ~ 13:30 Basic SHIORI.O		12:00 ~ 13:00 Release&Strength Kayoko.T	12:30 ~ 13:30 Back & Spine Nao.M
		13:30 ~ 14:30 Back & Spine Nao.M	13:30 ~ 14:30 Waist Nao.M	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Nao.M		13:30 ~ 14:30 Basic SHIORI.O	
			15:00 ~ 16:00 Hip & Leg SHIORI.O	16:30 ~ 17:30 Leg Lines Kayoko.T			
17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Body Balance Nao.M	17:30 ~ 18:30 Back & Arm SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Nao.M			17:30 ~ 18:30 Back & Arm SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg lisa.y
19:00 ~ 20:00 Back & Arm SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning 未確定				19:00 ~ 20:00 Pilates Barre lisa.y	19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O
20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning 未確定	20:30 ~ 21:30 Shape up waist Nao.M	20:30 ~ 21:30 Basic SHIORI.O				20:30 ~ 21:30 Hip & Leg lisa.y	20:30 ~ 21:30 Body Balance Kayoko.T

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Nao.M	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Nao.M	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg lisa.y	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm SHIORI.O	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Kayoko.T	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg lisa.y		12:00 ~ 13:00 Basic SHIORI.O	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Nao.M	
	13:30 ~ 14:30 Waist Kayoko.T	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Kayoko.T	14:30 ~ 15:30 Basic Nao.M		13:30 ~ 14:30 jump to burn Kayoko.T		
		15:00 ~ 16:00 Basic Nao.M	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre lisa.y				
17:30 ~ 18:30 Waist Kayoko.T	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg lisa.y	17:30 ~ 18:30 Release&Strength Kayoko.T			17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Waist Nao.M	17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O
19:00 ~ 20:00 Back & Arm Kayoko.T	19:00 ~ 20:00 Basic Kayoko.T				19:00 ~ 20:00 Waist Kayoko.T	19:00 ~ 20:00 Leg Lines Kayoko.T	19:00 ~ 20:00 Body Balance Nao.M
20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio Nao.M	20:30 ~ 21:30 Leg Lines Kayoko.T				20:30 ~ 21:30 Body Balance Kayoko.T	20:30 ~ 21:30 Basic Kayoko.T	20:30 ~ 21:30 Back & Arm SHIORI.O

・体験可能レッスン
 ・クラスの個別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細は WEBサイトをご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までお問い合わせしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilates K 浜松マイワン店

【 10/17 ~ 10/24 】

スケジュール

2025/09/14 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Basic Nao.M	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Back&Spine Nao.M	close	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Nao.M		10:30 ~ 11:30 Back&Arm SHIORI.O
12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Nao.M	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Iisa.y	12:30 ~ 13:30 Waist Kayoko.T		12:00 ~ 13:00 jump to burn Kayoko.T	12:30 ~ 13:30 Basic Kayoko.T		12:00 ~ 13:00 Basic SHIORI.O
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 未確定	13:30 ~ 14:30 Basic Kayoko.T	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Kayoko.T		13:30 ~ 14:30 Basic Nao.M			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Iisa.y
	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Iisa.y	16:30 ~ 17:30 Back & Arm SHIORI.O					
17:30 ~ 18:30 Shape up waist Nao.M	17:30 ~ 18:30 Leg Lines Kayoko.T			17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Iisa.y	17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Leg Lines Kayoko.T	17:30 ~ 18:30 Waist Kayoko.T
19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O				19:00 ~ 20:00 Waist Nao.M	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Iisa.y	19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Back & Spine Nao.M
20:30 ~ 21:30 Hip & Leg SHIORI.O				20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Iisa.y	20:30 ~ 21:30 Back & Arm SHIORI.O	20:30 ~ 21:30 jump to burn Kayoko.T	20:30 ~ 21:30 Body Balance Kayoko.T

pilates K 浜松マイワン店

【 10/25 ~ 10/31 】

スケジュール

2025/09/14 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Waist Nao.M	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Basic Kayoko.T		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Iisa.y
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Iisa.y	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Iisa.y		12:00 ~ 13:00 Basic SHIORI.O	12:30 ~ 13:30 Leg Lines Kayoko.T		12:00 ~ 13:00 Back & Arm SHIORI.O
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Iisa.y	14:30 ~ 15:30 Back & Arm SHIORI.O		13:30 ~ 14:30 Waist Nao.M			13:30 ~ 14:30 Release&Strength SHIORI.O
15:00 ~ 16:00 Basic Nao.M	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Iisa.y					
17:30 ~ 18:30 Shape up waist Nao.M			17:30 ~ 18:30 Basic Nao.M	17:30 ~ 18:30 Back & Arm SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Basic Nao.M	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Nao.M
			19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning 未確定	19:00 ~ 20:00 Waist Kayoko.T	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Iisa.y	19:00 ~ 20:00 jump to burn Kayoko.T
			20:30 ~ 21:30 Back & Spine Nao.M	20:30 ~ 21:30 Basic SHIORI.O	20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio Nao.M	20:30 ~ 21:30 Pilates Barre Nao.M

・休職可能レッスン
 ・クラスの個別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお願ひしております。
 ・レッスン開始時間1時間前までのごキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数に1回に制限されます。